

## Tingkap Johari

Ramlan Nordin

Rajah ini digunakan untuk menggambarkan apakah yang terdapat dalam diri seseorang. Keseluruhan gambarajah menggambarkan keseluruhan diri yang dapat dibandingkan dengan orang lain.

Saya tahu      saya tak tahu

Orang lain tahu

Orang lain tidak tahu

<i><b>RUANG TERBUKA</b></i>	<i><b>TITIK HITAM</b></i>
<i><b>LUARAN</b></i>	<i><b>TIDAK DIKETAHUI</b></i>

Saiz penjaga berubah bergantung kepada kepekaan diri dan kepekaan dari orang lain terhadap perangai, perasaan, dan motivasi.

Pemikiran diri boleh diletakkan di dalam ruang terbuka, tetapi menyakitkan – ia juga boleh mengakibatkan risiko. Kita perlukan penilaian yang benar - dan ini menyebabkan penjelajahan asal diri sendiri akan musnah, sama ada kita memberi atau menerimanya.